

этой проблеме, поскольку говорили на своем языке, а читали на языке древнеболгарском и старались и писать на нем, лишь нечаянно включая в текст элементы языка родного. Накопленные оригинальные древнерусские тексты только дали почувствовать силу собственно древнерусской письменной речи, как грянуло второе южнославянское влияние, и священники, выходцы из Сербии и Болгарии, «объяснили», правя церковные книги, что такое хорошо и что такое плохо в книжном языке, впервые скомпрометировав просторечие как то, на чем можно писать. Мятёжному протопопу Аввакуму в XVII веке пришлось уже полемически отстаивать свое право на простое «вяканье». Петровская эпоха демократизировала официальный язык стихийно, «птенцы гнезда Петрова» писали «просто», потому что не умели писать иначе и не боялись этого своего неумения, занятые делами переустройства России. Просторечие было утверждено Ломоносовым в качестве стилистического средства, мастерски использовалось поэтами и писателями — то для колорита, то для вящей выразительности. Наконец, Пушкин воссоединил народный и салонный языки, призвав «учиться у московских просвирен» точности и выразительности их языка. Убеждение, что язык «создает народ, а мы собираем и аранжируем» (это высказывание Глинки о музыке хорошо отражает дух отношения ко всему народному в XIX веке), находящее свое отражение в знаменитом горьковском определении литературного языка как языка, «обработанного» писателями, открыло уши образованных людей и заставило чутко прислушиваться к просторечию, диалектной речи. Даже словари литературного языка, кодифицирующие собственно литературную лексику, не могли (не могут и сейчас) не включать диалектные, просторечные, жаргонные слова, для оправдания приводя цитаты из классиков, подобными словечками не побрезговавшими. В современном письменном языке традиция «учиться у народа» очень хорошо сохранилась. Правда, теперь мы прислушиваемся уже не к языку носителей традиционной культуры (наоборот, диалектная, «деревенская» речь кажется нам и некультурной и даже смешной), а к речи бомжа или «приблатненного» тинейджера, «демократизируя» свой текст с помощью подслушанного у них жаргона и нецензурины. Пуристически настроенным представителям старшего поколения это кажется противным и даже страшным. Но в конце концов подобная языковая свобода — это просто один из этапов бытия сложнейшего организма письменного литературного языка и всего лишь проявление одной из тенденций его развития.

## А.В. Меренков

### УМЕЮТ ЛИ ДЕТИ ЛЮБИТЬ СЕБЯ?

В начале 1999 года в газетах и по телевидению прошла информация о гибели трех девочек 13—14 лет. Они добровольно расстались с жизнью будто бы из-за несчастной любви. Такие примеры не единичны. Подростки часто безразлично относятся не только к своей жизни, но и к своему

здоровью, увлекаясь спиртными напитками, курением, а то и наркотиками. Попытки изменить их поведение рассказами о последствиях вредных привычек нередко оканчиваются неудачей. Почему же возникает столь характерное для них такое безразличие к своему здоровью, к будущей жизни? Чаше всего психологи пытаются объяснить это состояние тем, что дети живут только настоящим и не способны представить то, что их ждет через несколько лет. Отмечается также потребность в познании нового, необычного. К тому же запретный плод особенно сладок, что когда-то, как говорит Библия, и привело первых людей к грехопадению.

Опыт повседневного общения с детьми 10—17 лет на уроках экспериментального курса «Я и мир моей любви» (гимназия № 207) наводит на ряд размышлений по поводу ценности для ребенка его жизни и здоровья. В программе специально предусмотрена тема: «Как я люблю себя». На первый взгляд, сама постановка вопроса несколько необычна, поскольку традиционно в семье, школе ведется речь о проявлении любви к родителям, людям, своей стране. Эмоционально-чувственное отношение к себе обычно обозначается таким негативным понятием, как эгоизм. С раннего детства дети слышат о том, что нельзя думать только о себе и стремиться любой ценой реализовать личные потребности. Надо научиться жить интересами коллектива, больших общностей, подчиняя им свои индивидуальные желания.

В этом жестком противопоставлении личного и группового, общественного и индивидуального кроется одна, на наш взгляд, важная причина того, что дети, подростки почти ничего не знают о другой, неэгоистической форме любви к себе. Более того, как показывают опросы учащихся, им практически ни дома, ни в школе никто даже не говорит о том, какой бывает любовь к природе, различным людям, а также к самому себе. Возникает странный парадокс: дети специально изучают на уроках устройство живой клетки, события, которые происходили много веков назад, но практически ничего не узнают о том, как работают их чувства, почему люди сердятся или восхищаются чем-то и каким образом можно регулировать психические переживания. В этом также, на наш взгляд, кроется причина того, что дети и подростки практически безоружны при столкновении с различными стихийными процессами, которые происходят в их психике. Они не обучены управлять своими эмоциями, чувствами, разумом и в итоге нередко оказываются жертвами неконтролируемых процессов в собственном организме.

Поэтому, на наш взгляд, каждый человек в подростковом возрасте должен приобрести те знания и практические навыки, которые помогут ему в какой-то мере освоить, может быть, самую сложную науку: науку преодоления негативных переживаний и умножения переживаний позитивных. Может быть, тогда уменьшится число спонтанных, принятых подростками под влиянием тягостных состояний, решений по поводу своей жизни, здоровья, будущего?..

Изучение особенностей функционирования чувственно-эмоциональной сферы привело нас к выводу, что существует особая система взаимосвязанных между собой переживаний, направленных как на разрушение, так и на созидание человеческих ценностей.

Прежде всего следует уточнить место и роль эмоций и чувств в жизнедеятельности живого организма. Этот вопрос до сих пор неоднозначно

решается современной психологией. Нередко чувства трактуются весьма упрощенно, лишь как сложные эмоции. Думается, различия между ними очень существенны. Эмоции представляют собой психическую реакцию организма на степень совпадения установки индивида с действительностью и обеспечивают тем самым тот или иной характер взаимодействия с нею. Психика всегда готовится к встрече с определенной реальностью с тем, чтобы человек был способен сразу предпринимать те или иные действия. Если наши ожидания оправдываются или действительность превосходит их, то возникают положительные эмоции, ведущие к формированию устойчивых установок, направленных на приятную, радостную жизнь. Когда же окружающий мир показывает, что наши установки были неоправданно оптимистичны, то возникают отрицательные эмоции, заставляющие либо менять сами ожидания, либо пытаться любой ценой подчинить действительность нашим желаниям. Именно такая направленность эмоций характерна, в частности, для людей решительных, боевых, бескомпромиссных, из которых и вырастают «революционеры» разного масштаба.

Следовательно, эмоции — это индикатор степени нашего приспособления к природному и человеческому миру. Они обеспечивают запуск механизма смены ценностных ориентаций и установок, приводя их в соответствие с реальностью. Сам процесс пересмотра позиций человека, тех ценностей, которыми он руководствуется в своей повседневной жизни, сопровождается сложными, часто весьма длительными психическими переживаниями, обозначаемыми термином чувства. Они обеспечивают слом старых, неоправдавшихся установок и поиск, а затем и принятие новых установок, более соответствующих реальности. При этом индивид привлекает весь свой опыт и знания для того, чтобы найти правильное решение жизненной проблемы.

Если происходит усиление уже существующей и приятной для человека установки, то чувства его носят положительный характер. Когда же приходится отказываться от того, к чему человек готовился и привык, то возникают обычно тяжелые, негативные чувства. Поэтому термин «отрицательные эмоции, чувства» обозначает как неприятный характер переживаний, так и требование отказа от прежних установок. Когда возникают такие чувства, то они обычно более сильны и длительны, чем положительные. Человек легко и быстро формирует в своем сознании установку на то приятное, что он неожиданно получает от жизни. При отрицательных переживаниях сначала надо найти причину ошибочных представлений, затем смириться с необходимостью отказа от страстно желаемого, и, наконец, выработать новую установку, часто менее приятную, чем прежняя. Вот почему говорят о мгновеньях счастья и годах страданий.

Можно ли сделать положительные переживания более устойчивыми и длительными? Как научиться быстро преодолевать негативные чувства? Можно ли научить тому и другому детей?

Анализ исторического опыта регулирования чувственно-эмоциональной сферы человека позволяет сделать следующие выводы. Существуют две системы усиления негативных и позитивных чувств. Источником первых является страх. Он присущ всем живым системам, поскольку позволяет обеспечить сохранение особи и в этом смысле вполне оправдан. Однако социальная жизнь порождает целую систему явно искусственных опасений, порожденных условиями быта, традициями, нормами, которые нередко

ставят личность в сложную, на первый взгляд, безвыходную ситуацию. Например, ребенка запугивают вызовом родителей в школу, двойками за невыполненное задание, контрольными и т. д. В итоге рождается порожденный взрослыми страх перед школой, который будто бы способствует усердной учебе. Но можно ли глубоко освоить знания, если основным стимулом познания выступает страх перед наказанием?

Известно, что страх ведет к сужению кровеносных сосудов, нарушению в последовательности мыслительных процессов и отбивает какое-либо желание продуктивно заниматься порученным делом. Он неизбежно порождает чувство неуверенности в себе, выражающееся в том, что человек не может быстро принять оптимальное решение и постоянно мечется между разными вариантами поведения. В итоге резко ограничивается активность личности, она как бы «уходит в себя», постоянно ждет поддержки извне и готова переложить ответственность на других.

Неуверенность в себе, в свою очередь, рождает раздражительность из-за невозможности действовать прямо и с полной убежденностью в правоте своей позиции. Человек становится вспыльчивым, неуравновешенным, подверженным неожиданно возникающему дурному настроению.

Следующей ступенькой возрастания негативных чувств становится озлобленность, когда индивид во всем видит плохое и постоянно накапливает в себе желание нанести вред другим. Она быстро перерастает в ненависть, которая рождает установку на уничтожение всего, что мешает чувствовать себя комфортно. Так постепенно в охваченном страхом человеке формируется разрушитель, прячущий под маской агрессии, демонстрации силы свою внутреннюю боязнь, растерянность и ничтожность. Он может пойти как на самоубийство, так и — при крайней своей слабости — посягнуть на жизнь другого человека.

Противостоит этой системе негативных чувств, порождающих дурных, уничтожающих себя и окружающих людей, иная совокупность чувств, направленных на светлое и положительное, на основе которых осуществляется настоящая созидательная деятельность. Все начинается с чувства мужественности. Это несколько необычное переживание, сутью которого является ощущение внутренней силы, возвышающей и дающей способность преодолеть все трудности, которые мешают творить добро. При этом сразу следует отметить, что если страх изначально свойствен человеку, то мужественность чаще всего не дана от природы, и ее необходимо умело в себе культивировать. Следует уже в раннем детстве (и у мальчиков, и у девочек) воспитывать переживание ими внутренней силы.

Мужественность рождает уверенность в себе, которая позволяет ясно осмысливать свои поступки, сразу приступать к выполнению сложных дел, оперативно контролировать свои действия. При этом личность постоянно чувствует нарастание внутренних возможностей, необходимых для совершенствования своей деятельности. Растет осознание ценности себя для самого себя и для окружающих. Уверенность обеспечивает также слаженную работу всего организма, позволяет легко вступать в общение с разными людьми и производить на них благоприятное впечатление.

На основе этого чувства формируется внутреннее спокойствие, дающее возможность прежде всего разумом анализировать приходящую извне информацию, контролировать разные эмоциональные состояния и принимать наиболее оптимальные решения. Испытывающий это чувство че-

ловек создает вокруг себя особую обстановку деловитости, благожелательности, позволяющую полнее раскрыть творческие возможности окружающих.

Спокойствие рождает умение искренне радоваться природе, людям, собственным достижениям. Радость сопровождает все действия человека, умножая его силы и изначально обеспечивая высокую результативность всех действий. При этом укрепляются психические и физические силы личности, и она оказывается способной делиться ими с другими людьми. Индивид обретает умение видеть вокруг себя прежде всего хорошее, ценить его и умножать.

Радость творит любовь — высшее созидательное чувство, в котором наиболее полно раскрывается истинная человечность. Следует отметить, что речь идет о любви как самом высоком духовном переживании личности, в котором осуществляется поиск наилучших способов творения радости для того, кто становится ее объектом.

Следовательно, умение любить не дано человеку от природы, а является результатом сложного развития всей системы его чувственных переживаний. Более того, пока личность не научилась быть мужественной, уверенной в себе, спокойной, радостной, она не сможет любить ярко, созидательно, неся счастье себе и другим. Ее любовь подобна вспышке огня, зажатого страстью, т.е. потребностью в самоутверждении любой ценой. Такая любовь, как правило, быстро гаснет. Настоящая любовь несовместима со страхом и неуверенностью в себе, хотя очень часто мы видим попытки соединить несоединимое: злобу и радость, ненависть и любовь. В этом случае личность выдает свое биологическое влечение за высшее человеческое чувство.

С чего же начинается формирование умения любить окружающий мир и людей в нем? С выработки мужественности, а следовательно, с познания самого себя, с того, что создает ощущение человеком внутренней силы. Она связана с восприятием и переживанием тех достоинств, которые индивид обнаруживает в себе при освоении культуры взаимодействия с природой, близкими и дальними людьми, творениями рук человеческих. Поэтому любовь к себе начинается с умения понять и принять то ценное, что дано природой каждому человеку и что он осваивает в процессе своего развития. Это умение формируется в ходе воспитания в личности чувства гордости. Оно представляет собой переживание умения соответствовать требованиям тех людей, которые являются для него авторитетами. Воспитание данного качества начинается с трех лет, когда ребенок впервые заявляет о желании все делать самостоятельно. Отмечая успехи ребенка в освоении культуры, родители вырабатывают в нем способность ценить себя за эти достижения и на этой основе с любовью относиться к себе.

Работая уже несколько лет (кроме университета) в школе, я постоянно провожу исследование того, что же ценят в себе дети. Даю простое задание: написать в одной колонке свои достоинства, а в другой недостатки. Из года в год повторяется одна ситуация: большинство сравнительно легко указывают отрицательные черты своего характера, поскольку взрослые очень часто говорят о них детям. С нахождением в себе положительного все происходит значительно труднее. В 5—7-х классах многие называют лишь какие-то навыки: умение плавать, кататься на велосипеде, танцевать, некоторые — пользоваться компьютером. О чертах характера обычно ничего не пишут, пока учитель специально об этом не попросит.

В беседах выясняется, что дети очень редко слышат от взрослых позитивную оценку их человеческих качеств, связанных с умением управлять собой, заботиться об окружающих, правильно вести себя в общественных местах. Особенно мало уделяется внимания положительной оценке воли, терпения, самоконтроля. При этом дело не в том, что эти качества у детей не очень развиты, а в том, что взрослые не умеют ежедневно побуждать ребенка к их освоению. Поэтому многие дети не умеют гордиться своими достоинствами и навыками, делать себя стойкими, волевыми людьми, способными противостоять тому, что будет разрушать их личность.

В итоге такие люди могут легко подпасть под влияние так называемой дурной компании и, чтобы не быть «белой вороной», — попробовать сигарету, алкоголь, а то и наркотик. Они не научены понимать, как то или иное действие повышает или же снижает их достоинства. Отсутствует (даже в 16—17 лет) постоянная работа по наращиванию ценного в себе. Стихия эмоций, чувств оказывается сильнее разума, так как не было длительного опыта познания себя как неповторимой личности. Происходит специфическое «самоусреднение», уничтожение собственной индивидуальности. Человек не приобретает умения любить себя, поскольку не культивирует в себе способность к постоянному саморазвитию и тем самым — к умножению своих достоинств. Они сами собой не появляются, их приходится добывать огромным трудом, постоянно преодолевая лень, безразличие, конформизм. Любовь как чувство живет лишь в процессе поиска чего-то нового и как только прекращается это движение, она умирает. Постоянно возвышая себя, личность обеспечивает сохранение и умножение истинной, а не эгоистической любви к себе.

Но такой любви надо, оказывается, учить и самому учиться в течение всей жизни. Где же и кто этому учит?..

Надо, видимо, искать причины многих наших бед не только в сложной современной социально-экономической ситуации. Причины роста преступности, наркомании, проституции среди подростков лежат значительно глубже. Дело также не только в СМИ, которые нередко ради сенсации акцентируют внимание на черных сторонах жизни. Главное — это то, что, начиная с раннего детства, у ребенка не формируется умение любить себя на основе тех достоинств, которые раскрывают ценности, данные ему от природы и те, что он приобретает в результате познания окружающего мира и приспособления к нему. Важно так организовать нравственное воспитание в семье и школе, чтобы ребенок уже в детские годы учился ценить себя и желал делать себя все более и более совершенным, опираясь на те представления о зрелом человеке, которые выработаны общемировой и национальной культурой.

Родителей этому никто не учил, а в школе отсутствует предмет, на котором бы изучали способы познания себя, размышления о себе и управления собой. Еще сравнительно недавно это не требовалось, поскольку ребенок должен был прежде всего воспроизвести методом подражания культуру взрослых и походить на них. Следовательно, на первое место выходила способность запоминать требуемые знания и способы поведения. Думать о мире, размышлять о себе, по сути, не являлось необходимым. В наше время, когда весь мир меняется под влиянием научно-технического и социального прогресса очень быстро, когда постоянно обновляется система отношений между людьми, каждому человеку необходимо научиться созна-

тельно совершенствовать себя, чтобы не отстать от жизни и реализовать то ценное, что ему дали природа и культура предшествующих поколений.

Видимо, требуется серьезная перестройка всей традиционной системы семейного и школьного воспитания. Уходит в прошлое стихийное или насильственными способами осуществляемое приобщение человека к нормам и правилам общественной жизни. На смену ему приходит сознательно организованное воспитание у ребенка любви к себе, т. е. постоянного стремления быть лучше, и на этой основе — формирование любви к родителям, друзьям, науке, искусству, своему народу и всему человечеству. Пока личность не научилась по-настоящему любить себя, ее любовь к другим носит ущербный характер и не может проявиться в полной мере.

Культура начинается с любви ко всему прекрасному, что есть в мире, в людях, в каждом человеке. Увидеть это прекрасное еще в ребенке, помочь ему вырастить в себе все ценное, светлое, радостное — вот главная задача современного воспитания и образования. Тогда можно надеяться на более полную самореализацию индивида и укрепление гуманистических отношений между людьми.